

Vorschlag für Konzept der Handballabteilung im Jugendbereich

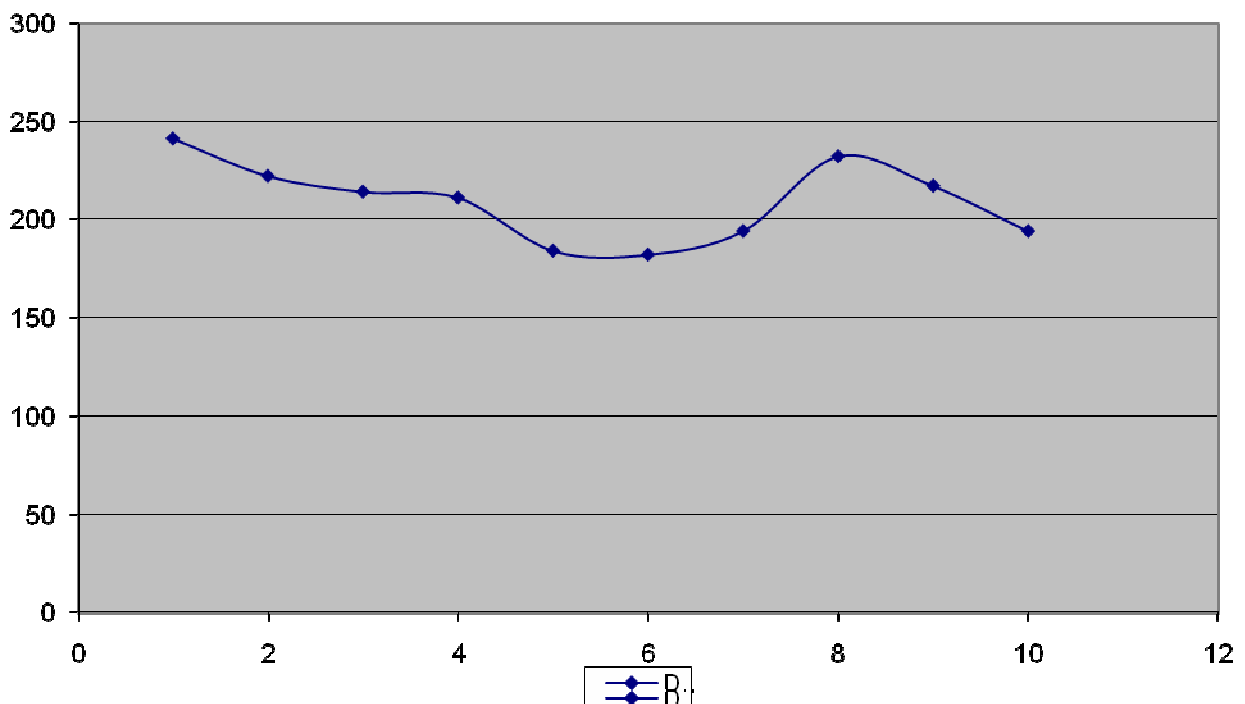
1. Einleitung
2. Ziele
  - a. Sportliche Ziel
  - b. Soziale Ziele
3. Konzeptverwirklichung
  - Handballspezifische Ausbildung
4. Sponsorenkonzept/Förderverein
5. Vorstandsbesetzung/Aufgaben
6. Visionen

1. Einleitung

Nach nunmehr einjähriger Vorstandstätigkeit und den damit erlangten Erfahrungen sind wir im Vorstand zu dem Entschluss gekommen, dass die erfolgreiche Vergangenheit der Abteilung nur mit einem Konzept wieder aufgenommen werden kann.

Im Verlaufe der letzten 10 Jahre hatte die Handballabteilung einen Mitgliederschnitt von 209. Diese Zahl zeigt uns das das Potential was die Handballabteilung des SC GHN hat 200 Mitglieder beträgt. Derzeit beträgt die Mitgliederzahl 194 (Stand 01.01.2010), sie fällt aber stetig.

**Handball 2001-2009**



## Vorschlag für ein Jugendkonzept SC Gut Heil Neumünster

In den letzten Jahren hatte die Abteilung immer genügend Jugendmannschaften aber Probleme in den Seniorenteams, dieses Bild hat sich nun gewandelt, wir haben derzeit 5 Seniorenteams und 4 feste Jugendteams, 2 stehen noch sehr auf der Kippe.

Die zeigt ganz klar auf in welchem Bereich wir etwas machen müssen.

Gründe für das fernbleiben des Nachwuchses liegen dabei klar auf der Hand:

- Mannschaftssportarten sind keine Selbstläufer mehr, Kinder und Jugendliche haben ihre eigenen Vorstellungen
- Angebote an Freizeitmöglichkeiten bzw. Trendsportarten wachsen stetig, Kinder und Jugendliche finden keine feste Bindung
- Vor allem Internet und TV binden Kinder und Jugendliche und halten diese vom (Mannschafts) Sport ab

Warum ein Konzept?

- Das Konzept soll eine Basis schaffen auf der die Handballabteilung des SC GHN solide steht
- Das Konzept enthält ein Ziel und ein Ziel zu erreichen erfordert Arbeit und Motivation
- An dem Konzept kann man sich messen lassen
- Mit einem Konzept wird eine begonnene Arbeit gesichert und ausgebaut
- Mit einem Konzept kann man sich identifizieren

Das Handball Spiel hat sich in den letzten Jahren gravierend verändert:

Mehr Tempo, hohe Variabilität der Spieler/innen und variantenreiches

Abwehrverhalten werden nicht nur in den höheren Spielklassen umgesetzt!

Das Erlernen der „typischen 6:0 oder 5:1“ - *Hacken an den Kreis und Arme hoch* - reicht heute bei weitem nicht mehr aus!

Um gerade die geforderten Allrounder auszubilden, hat der DHB ein Rahmenkonzept für die Jugend erstellt, welches seit der Saison 2004/2005 Gültigkeit hat.

Dieses Konzept spricht nicht nur die hohen Leistungsklassen an sondern zieht sich, natürlich mit „Abstrichen“, durch alle Altersklassen wie auch durch alle Ligen - sowohl im männlichen wie auch im weiblichen Bereich!

Um im wettkampf- und leistungsorientierten System bestehen zu können, ist es wichtig das alle unsere Jugendtrainer, dieses Konzept als Rahmen für ihr eigenes Training sehen!

Wenn wir alle an einem Strang ziehen und uns die Ausbildung der Kinder am Herzen liegt (wovon ich ausgehe), wird so eine Trainingsgestaltung erreicht, die wie ein Bauklotzturm aufeinander aufbaut.

Das bedeutet für alle Trainer aber den Verzicht auf **ausschließlich** ergebnisorientierte Jugendarbeit!

Ein langfristiger, entwicklungsorientierter und vor allem ganzheitlicher

Trainingsaufbau macht mit Sicherheit viel mehr Arbeit, ist aber unverzichtbare Grundlage für späteres Leistungsdenken:

- nur wer optimal seinem biologischem Alter gemäß trainiert wird, entwickelt eine umfassende Spielfähigkeit
- nur wer angeleitet wird auszuprobieren und zu experimentieren, wird spontan und kreativ spielen lernen

- nur wer Fehler als „Entwicklungshelfer“ kennen lernt und mehrere Lösungsvorschläge bekommt, lernt schnelles abwägen und entscheiden  
Nur diese Kinder können später ein breites Aktionsrepertoire entwickeln und zu Spieler-Persönlichkeiten heranwachsen.  
Die Absprachen und Durchführungen solcher Trainingseinheiten erfordern am Anfang sehr viel Arbeit, Fingerspitzengefühl und Vorbereitung seitens der Trainer, auf lange Sicht aber lohnt es sich für den Handball Nachwuchs vom SC GHN!

## 2. Ziele

Wir wollen eine Jugendabteilung aufbauen, die sowohl im weiblichen als auch im männlichen Bereich in allen Altersgruppen, Mannschaften im Spielbetrieb hat und damit eine verlässliche Basis für unsere Seniorenmannschaften darstellt.

Wir möchten leistungsorientierten Handball betreiben, ohne dabei die ganzheitliche Ausbildung der Kinder und Jugendlichen und die sozialen Aspekte der Vereinsarbeit aus den Augen zu verlieren.

Vor allem soll den Kindern und Jugendlichen der Spaß am Handballsport vermittelt werden. Basis der gesamten Jugendabteilung ist die bei den Minis und der E-Jugend geleistete Arbeit. Hier sollten pro Jahrgang so viele Kinder wie möglich an den Verein gebunden werden, da erfahrungsgemäß in den oberen Jahrgängen noch Abwanderer in andere Sportarten zu erwarten sind.

Auch den bislang weniger talentierten Kindern und Jugendlichen soll durch das Bilden von zweiten und dritten Mannschaften, in ihrer Altersklasse eine Spielmöglichkeit verschafft werden. Allen zu den Spielen erscheinenden Spielern sollte eine angemessene Spielzeit eingeräumt werden.

### Sportliche Ziele

- Besetzung aller Altersklassen von den Minis bis zur A Jugend im männlichen und weiblichen Bereich
- Talentförderung
- Teilnahme am Spielbetrieb

### b. soziale Ziele

- Hilfsbereitschaft (z.B. Vereinsarbeit, Zeitnehmer, Schiedsrichter etc...)
- Rücksichtnahme (Integration auch schwächerer Spieler)
- Teamfähigkeit (Unterordnung eigener Interessen)

Das Erreichen der Ziele hängt vom Engagement und dem Verhalten der Jugendtrainer ab

### 3. Konzeptverwirklichung

#### 3.1 Gezielte Entwicklung des Breiten- und Leistungssports

Besetzung aller Mannschaften im Jugendbereich.

- Besetzung von 2 Mannschaften pro Jahrgang wird angestrebt (möglichst ab dem D-Jugendbereich), um auch den weniger begabten Spielern die Möglichkeit zu geben, sich sportlich zu betätigen und zu entwickeln.
- Gezielte Ausbildung der Trainer, Teilnahme an Lehrgängen ermöglichen.
- Eine Teilnahme an den jeweils höchsten Spielklassen sollte das Ziel sein.
  
- Enge Bindung des Jugendbereichs an den Erwachsenenbereich, damit den Heranwachsenden die Möglichkeit gegeben wird, an Vorbildern zu lernen.
- Unsere Jugendarbeit muss so intensiv sein, dass eine Aufstiegsmöglichkeit bis in die erste Mannschaft möglich ist.
- • Einführung handballübergreifender Angebote wie z.B. Beachhandball, Schwimmen, Aquajogging-/fitness, Lauftreffs, Fitnessstudio etc.

#### 3.2 Talentsichtung und Talentförderung in Schulen

- Eine enge Zusammenarbeit mit den örtlichen Schulen sollte in Zukunft angedacht, bzw. weiter ausgebaut werden.
- Durch die Arbeit an den Schulen soll den Kindern der Handballsport näher gebracht werden, sowie an den weiterführenden Schulen Talentsichtung und Talentförderung betrieben werden. Die Zusammenarbeit mit den Schulen ist wichtig, um leistungsorientiert (mit einer hohen Anzahl an Kindern) arbeiten zu können.

Mit Hilfe der Talentsichtung und Talentförderung bereits im frühen Alter, sowie Förderung des Breitensportfaktors werden folgende Ziele erreicht:

- Die Jugendlichen bekommen sportliche sowie soziale Ziele vermittelt.
- Die Teamfähigkeit wird herausgebildet und gleichzeitig das individuelle Durchsetzungsvermögen gestärkt.
- Das Fernhalten schädlicher Einflüsse kann bewirkt werden, ganz unter dem Motto **„Keine Macht den Drogen“**.

#### 3.3 Trainerkonzepte

Ein Trainerkonzept ist äußerst relevant. Den Jugendlichen müssen neben den erforderlichen handballerischen Grundlagen, psychische Kraft, moralische Grundwerte und soziales Verhalten auf der Basis von **„Fair- Play“** vermittelt werden. Dieses Erreichen wird vorwiegend durch erfahrene und starke Persönlichkeiten aus den Reihen unseres Vereins.

Hier das Konzept für den zukünftigen Aufbau:

- Gewinnung von ehemaligen oder noch aktiven Spielern/Spielerinnen als Trainer und Betreuer für die Kinder und Jugendmannschaften
- Ein Jugendleiter wird eingebaut, der den gesamten Sportbereich in der Kinder und Jugendarbeit abdeckt. Dieser trägt die Verantwortung und ist Repräsentant sowie Ansprechpartner der Jugendabteilung im Sportbereich.
- Ein Jugendkoordinator wird eingesetzt, dieser arbeitet stark mit dem Jugendleiter sowie den Trainern zusammen. Seine Aufgabe ist es als Bindeglied zwischen dem Jugendleiter und Trainern zu fungieren.

- Alle Mannschaften werden nach Möglichkeit mit zwei Trainern/Betreuern besetzt. Dadurch ist eine optimale Betreuung gewährleistet.
- Eine adäquate Ausbildung aller Trainer soll ermöglicht und gewährleistet werden.
- Alle Trainer arbeiten nach diesem Konzept, welches die optimale Ausbildung der Kinder fördern soll.

### **3.4 Ausbildungs- und Trainingskonzept**

Ziel des neuen Konzeptes, muss es sein, „komplette Spieler“ auszubilden.

Um dieses Ziel zu erreichen, bedarf es einer langfristigen und entwicklungsorientierten Ausbildung.

Sicherlich ist ein kurzfristiger Erfolg reizvoll, jedoch sollte der Grundstein in der langen intensiven Ausbildung liegen.

Voraussetzungen für eine optimale Ausbildung sind:

- Optimale Ausstattung an Trainingshilfen und Materialien
- Die Umsetzung des Trainingskonzepts in Anlehnung an das DHB-Rahmentrainingskonzept.
- Angebot von zwei Trainingseinheiten pro Woche ab der D-Jugend
- Angebot von drei Trainingseinheiten pro Woche ab der B-Jugend
- Pro Woche 1 x Gemeinsames Training z.B. E+D2 / D2+D1 / D1+C Jugend
- Einmal pro Monat individuelles Training, losgelöst von den Mannschaften
- Übergreifendes Torwarttraining ab der C-Jugend.
- Intensivieren des Spielbetriebes im Bereich Beachhandball (Funfaktor)

### **3.5 Handballspezifische Ausbildung**

#### **Minis (bis 6 Jahre)**

Minis sind 5 und 6 Jahre alt. Sie haben teils bereits Erfahrungen im Sportverein gesammelt. Einige von ihnen wissen aber noch nicht, was es bedeutet, in einer Gruppe Sport zu machen.

Die Lernziele sind in folgende drei Kategorien unterteilt: Einfache Spielregeln, Spielverständnis, technisch motorisch konditionelle Ausbildung, sozialer Umgang und Verschiedenes. Wie bereits in dieser Unterteilung deutlich wird, ist es wichtig, nicht nur - wie es in anderen Altersklassen üblich ist – das Spielverständnis und die technisch motorisch konditionelle Ausbildung zu fördern.

Hier muss die Basis der Handballkarriere, die Grundlagen in allen Bereichen geschaffen werden!

#### **1. Einfache Spielregeln**

Die Kinder sollen lernen, sich an die *einfachen Spielregeln* zu halten:

- Nicht-Betreten des Torwartkreises
- Abspiel aus dem Torraum durch den Torwart
- Einwurf erkennen und durchführen
- nach einem Tor beginnt das Spiel an der Mittellinie, wenn kein Tor gefallen ist, läuft das Spiel weiter
- Auswechseln: einer geht raus, ein anderer füllt das Spiel auf.
- der Schiedsrichter hat immer Recht! Pfiffe beachten
- nicht am Trikot ziehen, keine Gewalt auf dem Spielfeld!
- wissen, dass man mit dem Ball nur drei Schritte laufen darf und als Alternative prellen kann/ muss

An einem Punkt muss differenziert werden. Einigen Kindern wird es am Anfang noch nicht möglich sein, bei einem Alleingang zu laufen, den Überblick zu haben und gleichzeitig den Ball zu tippen. Grundsätzlich ist es das Ziel, dies zu erreichen, aber zunächst reicht es, wenn die Kinder wissen: Lange Strecken müssen geprellt werden!

## **2. Spielverständnis**

Neben den Standardregeln möchten wir nun das *Spielverständnis* näher betrachten. Da die Minis teils noch nie etwas mit dem Handballspielen zu tun hatten und geistig noch nicht in der Lage sind, die Idee, z.B. eines Fußballspiels, in die Hallensituation zu übertragen, ist es wichtig, das spielerische Verständnis zu entwickeln und zu fördern.

Die Kinder sollen:

- ihre eigene Mannschaft von der gegnerischen Mannschaft im Spielgeschehen unterscheiden.
- verstehen, dass der Ball nur der eigenen Mannschaft zugespielt werden soll.
- wissen, dass der Ball abgespielt werden muss, weil letztendlich derjenige mit der besten Position den Abschluss machen wird.
- beim Anspielen von Mitspielern passen, weil dies ein schnelleres Spielgeschehen liefert als den Ball zu übergeben.
- wissen, dass der Ball ins gegnerische Tor gelangen soll.
- Ansätze zeigen, dieses Ziel zu verfolgen (in die richtige Richtung laufen, Aktionen und Abspiele durchführen)
- nachvollziehen können, dass es sinnvoll ist, das eigene Tor durch eine offensive Abwehr zu verteidigen.
- wissen, dass es nicht auf die Anzahl der Tore ankommt, dass ein gutes Spiel auch durch eine gute Abwehr abläuft- leider ist diese Einsicht bei Kindern diesen Alters kaum möglich- doch wenigstens sollen sie wissen, dass die Trainer diese Meinung vertreten!

## **3. Technisch motorisch konditionelle Ausbildung**

Die *technisch motorisch konditionelle Ausbildung* ist der Hauptaspekt des Trainings.

Die Kinder sollen:

- auf dem linken, auf dem rechten Bein, auf beiden Beinen durch die Halle hüpfen können.
  - über eine Bank balancieren können, dabei einen Ball mit ausgestrecktem Arm in den Händen halten.
  - einen Purzelbaum schlagen können.
  - sprinten, langsam laufen, leise laufen (Füße richtig abrollen), rückwärts laufen, Sidesteps machen.
  - Parcours durchlaufen können.
  - über eine Strecke von ca. 10 Metern den Ball tippen können.
  - einen Ball fachgerecht\* über eine Distanz von 4-5m werfen und fangen können (erklären können, worauf zu achten ist)
  - den Ball in vielen Variationen um den Körper rollen können.
  - Ansätze zeigen, wie man als Verteidiger handelt. Entgegentreten, Arme hoch nehmen, versuchen, an den Ball zu gelangen
  - Erfahrungen als Torwart sammeln. Abfangen des Balls, Mitverfolgen des Ballverlaufs und passende Bewegungen dazu.
  - eine Trainingseinheit, Turnier konditionell durchhalten können.
- \* fachgerecht meint hier: Wurf aus dem Stand: linker Fuß vor, rechter Arm zurück und dem Mitspieler auf Brusthöhe zupassen.

#### **4. Sozialer Umgang**

Der *soziale Umgang*, ferner der Teamgedanke, werden durch Eingriffe ins Spielgeschehen und geschicktes Einwechseln von den Trainern gelenkt. Eine Schwierigkeit in dieser Altersklasse ist es, dass sich Einzelkämpfer herausbilden. Die 5- und 6-jährigen Kinder sind entwicklungspsychologisch gesehen stark von ihrem kindlichen Egozentrismus gestärkt. Das bedeutet: die Kinder stellen ihr persönliches Interesse in den Vordergrund und sind teils gar nicht in der Lage, einen Mannschaftsgedanken zu entwickeln.

Deshalb sollen die Kinder lernen:

- dass jeder Tore machen darf und soll.
- dass keiner benachteiligt wird, wenn er kein Tor geworfen hat, und keiner bevorzugt wird, der die Statistik anführt.
- die eigene Mannschaft auch von der Bank aus durch Anfeuern und Verfolgen des Geschehens zu unterstützen,
- sich nicht selbst in den Vordergrund zu spielen und andere zu missachten.
- prinzipiell, ob beim Training, in der Kabine oder beim Spiel, die Mitspieler zu respektieren und ihnen zu helfen.
- sich in der Abwesenheit der Eltern angemessen zu verhalten.
- Ungerechtigkeit (Fouls) im Spiel und im Training zu erkennen.
- dass wir Trainer jedes Kind gleich respektieren, auch wenn ein Kind durch Fehlverhalten sanktioniert wird.

#### **F-Jugend ( 6 - 8J. )**

Trainingskonzept sollte hier sein:

- erstes Eingehen und berücksichtigen von mangelnder Beweglichkeit und fehlenden koordinativen Fähigkeiten (das Alter der Gameboy-Spieler/innen!)
- gezieltes entwickeln von Hand- und Fußfertigkeit (alles kann eingesetzt werden)
- Vermittlung der ersten Handballregeln wie Schritte und Prellen
- absolute Grundfertigkeiten des Handballs, wie werfen und fangen
- das Alter der „Wettkämpfer“! □ Kräfteressen macht den meisten Spaß
- vermitteln von Disziplin im Sinne des Zuhörens

#### **E-Jugend ( 8 –10J.)**

Die Altersklasse mit den meisten Kindern - viele probieren verschiedene Sportarten noch aus, daher ein stetes Kommen und Gehen mit andauernd unterschiedlichen Teilnehmerzahlen!

Die Kids die sich für eine Sportart entschieden haben, haben einen hohen Bewegungsdrang - nutzt diesen aus!

Hier wird es ernst mit einem Konzept, da auf dem großen Feld gespielt wird mit einer klar definierten Abwehrformation – der Manndeckung:

- Erlernen der elementaren Grundfertigkeiten (laufen, werfen, fangen)
- Wettkämpfe in Form von 1:1 Situationen mit und ohne Ball (automatisch kommen dabei auch schon Lauftäuschungen mit heraus!)
- Grundlagen der Körpertäuschungen
- hier sollte auf jeden Fall Koordinationstraining einsetzen, da viele Kids doch auch recht lange vor der Playstation sitzen
- Grundlagen des Schlagwurfs!!! (der ist so wichtig!)
- Einführung des Sprungwurfs
- Disziplin beim Training sollte erlernt werden: Zuhören, Respekt vor den

Teamkameraden, ...

### **D-Jugend ( 10- 12J.)**

Auch hier herrscht noch großer Zufluss - viele kommen aus Neugier mit Freund oder Freundin - die gilt es zu halten.

Gerade in dieser Altersklasse gilt es die teilweise immensen Körper- und Entwicklungsunterschiede zu beachten!!!!

Die Schwerpunkte also nicht an die akzelerierten Spieler/innen setzen.

Ein Abwehrumbruch kommt in dieser Altersklasse: von der Mann- auf die Raumdeckung!

Zum Konzept:

- Disziplin beim Training und beim Spiel sollte Pflicht sein!  
Es wird zugehört und keiner ausgelacht!
- Vertiefung der Schlagwurftechnik (verschiedene Anlaufrichtungen, unterschiedliche Schrittzahlen, ...)
- Grundlagen des Sprungwurfs
- Koordinationsübungen!
- Stabilisationsübungen (hauptsächlich für die Wirbelsäule)
- Regelkenntnisse und Erlernen der Schiedsrichter-Zeichen
- Festlegen und Ausbilden eines Torwart/in

Bis zum Ende der D-Jugend sollte die so genannte Grundlagenschulung umgesetzt werden bzw. worden sein.

Da ein offensives Abwehrspiel die zentrale Grundlage ist, sollte sehr viel 1:1 trainiert werden.

Ein sehr wichtiger Teil des Trainings sollte die grundsätzliche Gegenstoßbereitschaft sein - oft im Training eingebaut lernen die Kids ihr Tempo zu dosieren!

### **C- Jugend (bis 14J.)**

Auch in dieser Altersklasse bleibt die offensive Abwehr bestehen - ob mann-, oder raumorientiert, liegt in der Entscheidung des Trainers!

Konzeptinhalte sollten sein:

- Ausbildung von Angriffsgrundbewegungen (Stossen, Täuschungen, Parallelstoß)
- Gegenstoßorientierung d.h. Bereitschaft bei Feldspieler/innen wie auch bei den Torleuten
- schnelle Mitte und 1.Welle
- systematische Positionierungen (übergeben/übernehmen und begleiten)
- Wahrnehmungsfeld muss weiter entwickelt werden

(Aktionen auf der ballnahen und ballfernen Seite)

- 1:1 auf allen Positionen und in allen Räumen
- individuelle Abwehrtechniken ( doppel, blocken)
- entwickeln von antizipativer Spielweise und deren Folgehandlungen

(Durchbruch, Anspielvarianten,...)

Ziel der beiden C-Jugend Jahre sollte es sein ein antizipatives, offensives Gegnerverhalten zu entwickeln um am Ballort Überzahlsituationen zu schaffen (im Angriff sowie verstärkt in der Abwehr!).

### **B-Jugend (bis 16J.)**

Ob man der offensiven Spielweise den Rücken kehrt oder nicht - Trainingsinhalte dieser Altersklasse müssen das Spiel in engen Räumen (6:0, 5:1) sein!

Konzept:

- Positionsspezialisierung und das Wissen von verschiedenen Aktionsmöglichkeiten
- gruppentaktische Aktionen in der Nah- und Fernwurfzone
- Steigerung der Schnelligkeit
- Krafttraining
- Tempospiel in allen Phasen
- erste, zweite und dritte Welle
- komplexe Handlungen verknüpfen lernen
- Spielverhalten des Gegners beobachten und gezielte Handlungspläne entwickeln  
(wenn..., dann...! Aber bitte mehrere Möglichkeiten erarbeiten lassen!)

### **A-Jugend (bis 18J.)**

Hier gilt nur eins:

In allem variabler werden, komplexe Handlungen ausführen und verbinden, mit vollem Elan und Kraft auf den Weg zu den Senioren.

#### 4. Sponsorenkonzept/Förderverein

Dieser sehr schwer zu formulierende Punkt wirft noch viele Fragezeichen auf, zu einem einheitlichen Konzept gehört auch eine einheitliche Ausstattung, damit jeder gleich sehen kann zu welchem Verein das Team/ der einzelne Spieler gehört.

Aus den zur Verfügung stehenden Mitteln ist dies kaum finanzierbar und daher sind wir auf externe Gelder angewiesen, daher soll die Möglichkeit beraten werden inwiefern dieses geschehen soll/kann.

#### 5. Vorstandsbesetzung die notwendig ist um das Konzept umzusetzen

Obmann  
Stellv. Obmann  
Spielwart  
Seniorenwart  
Kassenwart  
Jugendleiter und/oder Jugendkoordinator  
Schiedsrichterwart  
Elternvertreter

## 6. Visionen

Eines sollt jedem klar sein der dieses Konzept in den Händen hält, es wird nicht von heute auf morgen umsetzbar sein, sondern wird Jahre dauern und es wird viel Kraft kosten. Aber genau diese beiden Punkte sind das reizvolle an der Aufgabe.

Durch den offensichtlichen Nullpunkt den wir im Jugendbereich derzeit haben, ist es aber in meinen Augen die Chance die es nun zu ergreifen gilt um den SC GHN nicht auf der Handballkarte verschwinden zu sehen.

Die ersten Aufgaben sind also einen Jugendtrainer mit Lizenz einzustellen (die Suche hat schon begonnen) der sich um Minis und E Jugend kümmert, sowie die vorhanden Trainer schult.

### Quellen:

Internet, Leitlinien DHB/Rahmenkonzept DHB, eigene Ideen